

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP) KURIKULUM 2013**

Satuan Pendidikan : SDN 079 Kopo Pajagalan Kota Bandung (081802056264)
Kelas / Semester : 5/1
Tema : 4. Sehat Itu Penting
Sub Tema : 3. Cara Memelihara Kesehatan Organ Peredaran Darah
Manusia
Pembelajaran ke : 1 IPA, B. Indonesia
Alokasi waktu : 10 menit

A. TUJUAN

- 3.4.1.1 Dengan menyanyikan lagu "Anak Sehat", siswa mampu mengidentifikasi cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia secara tepat.
- 4.4.1.1 Dengan kegiatan menemukan tentang berbagai penyakit yang mempengaruhi organ peredaran darah dan cara pencegahannya bersama teman sekelompok, siswa dapat mengidentifikasi berbagai macam penyakit yang mempengaruhi organ peredaran darah manusia dan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah secara tepat.
- 3.6.1.1 Dengan mengamati pembacaan pantun, siswa dapat menjelaskan isi pantun yang disajikan secara lisan dan runtut.
- 4.6.1.1 Setelah menuliskan sebuah pantun dengan teman satu kelompoknya, siswa dapat menjelaskan isi pantun yang disajikan secara teliti.

Karakter siswa yang diharapkan:

1. Religius: bersyukur;
2. Nasionalis: cinta tanah air;
3. Mandiri: bertanggung jawab, peduli;
4. Gotong Royong: kerja sama; dan
5. Integritas: ketelitian.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pembukaan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru memberikan salam dan mengajak semua siswa berdo'a bersama dipimpin oleh siswa yang paling awal datang ke sekolah. (<i>Religius</i>) 2. Guru mengecek kesiapan diri dengan mengisi lembar kehadiran dan memeriksa kerapian pakaian, posisi dan tempat duduk disesuaikan dengan kegiatan pembelajaran. 3. Menyanyikan lagu Indonesia Raya. Guru memberikan penguatan tentang pentingnya menanamkan semangat <i>Nasionalisme</i> 4. Pembiasaan membaca/menulis/mendengarkan/ berbicara selama 1-2 menit materi non pelajaran seperti tokoh dunia, kesehatan, kebersihan, makanan/minuman sehat , cerita inspirasi dan motivasi. Sebelum membacakan buku guru menjelaskan tujuan kegiatan literasi dan mengajak siswa mendiskusikan pertanyaan-pertanyaan berikut: <ol style="list-style-type: none"> a. Apa judul buku yang kamu baca? b. Siapa penulisnya? c. Siapa penerbitnya? d. Menceritakan tentang apa buku tersebut? 5. Guru melakukan apersepsi dengan bersama-sama menyanyikan lagu “Aku Anak Sehat.” Melakukan tanya jawab tentang isi lagu “Aku Anak Sehat.” Guru memberikan motivasi verbal maupun nonverbal atas jawaban siswa. 6. Dari lagu tersebut, guru menyampaikan tujuan pembelajaran kepada siswa bahwa mereka akan banyak belajar tentang sehat itu penting, cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia, dan pantun bertema sehat itu penting. 7. Siswa dibagi ke dalam 5 kelompok. 	3 menit

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Inti	<p>Langkah-Langkah Pembelajaran:</p> <p>Sintaks 1 <i>Discovery Learning</i> (Pemberian rangsangan/<i>stimulation</i>)</p> <p>1. Pada awal pembelajaran, guru menstimulus ide, gagasan, dan motivasi siswa dengan pertanyaan sebagai berikut. Oleh karena itu, guru meminta siswa untuk mengungkapkan pendapatnya secara percaya diri.</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Apakah kamu senang dan semangat menyanyikan lagu "Aku Anak Sehat?" b. Apa yang kamu rasakan ketika menyanyikan lagu "Aku Anak Sehat" sambil menari dan bergerak? c. Silahkan pegang detak jantung anak-anak setelah bergerak, bagaimana? d. Sekarang coba gerak lebih keras lagi, lari di tempat! Bagaimana detak jantungnya setelah lari di tempat? <p>Sintaks 2 <i>Discovery Learning</i> (Pernyataan/Identifikasi masalah/<i>problem statement</i>)</p> <p>2. Siswa mengamati gambar kelainan sistem peredaran darah manusia. (Mengamati)</p> <p>3. Siswa dan guru bertanya jawab seputar gambar. (Menanya)</p> <p>Sintaks 3 <i>Discovery Learning</i> (Pengumpulan data/<i>data collection</i>)</p> <p>4. Siswa mengumpulkan data yang terdapat dalam gambar tersebut bersama teman kelompoknya. (Menalar)</p> <p>Sintaks 4 <i>Discovery Learning</i> (Pengolahan data/<i>data processing</i>)</p> <p>5. Siswa bersama teman sekelompoknya mengolah data berdasarkan gambar gangguan pada sistem peredaran darah manusia dan cara memeliharanya. (Menalar)</p> <p>Sintaks 5 <i>Discovery Learning</i> (Pembuktian/<i>verification</i>)</p>	5menit

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
	<p>6. Siswa bersama teman sekelompoknya melakukan pembuktian di kelas, seperti olahraga kecil, memakan makanan sehat, agar menjaga kesehatan organ sistem peredaran darah manusia. (Mencoba).</p> <p>Sintaks 6 <i>Discovery Learning</i> (Menarik simpulan/generalisasi/generalization)</p> <p>7. Siswa menarik kesimpulan atas hasil percobaan bersama teman sekelompoknya dan mempresentasikan di depan kelas hasil keimpulannya tersebut. (Mengkomunikasikan)</p> <p>8. Siswa membaca contoh pantun. (Mengamati)</p> <p>9. Siswa dan guru bertanya jawab mengenai contoh pantun. (Menanya)</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Bagaimana ciri-ciri pantun tersebut? b. Coba tunjukkan bagian sampiran dan isi pada pantun? c. Apa isi pantun tersebut? <p>10. Setelah mengidentifikasi isi pantun, siswa membuat pantun bertema “Menerapkan Hidup Sehat dalam Kehidupan Sehari-Hari” bersama kelompoknya. (Menalar dan Mencoba)</p> <p>11. Selanjutnya siswa membacakan hasil pantun bertema “Menerapkan Hidup Sehat dalam Kehidupan Sehari-Hari” buaatannya di depan kelas. (Mengkomunikasikan)</p> <p>Sumber: Buku Pedoman Guru Tema 4 Kelas 5 dan Buku Siswa Tema 4 Kelas 5 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2017).</p>	
Penutup	<p>1. Melakukan refleksi dari kegiatan yang baru saja dilakukan dengan menjawab pertanyaan:</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Bagaimana perasaan kalian mengikuti kegiatan hari ini? b. Kegiatan apa yang paling kamu sukai? Mengapa? c. Kegiatan mana yang paling mudah/sulit? Mengapa? 	2 menit

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
	<p>d. Sikap apa yang dapat kamu terapkan dalam kehidupan sehari-hari setelah tadi kita belajar?</p> <p>2. Dengan bimbingan guru, siswa menyimpulkan materi yang telah dipelajari.</p> <p>3. Guru melaksanakan penilaian berupa tes tertulis.</p> <p>4. Guru memberikan penguatan dan pesan agar siswa rajin belajar supaya dapat menjadi seorang pengusaha yang sukses.</p> <p>5. Tindak lanjut tentang pembelajaran.</p> <p>6. Menyampaikan rencana pembelajaran untuk pertemuan berikutnya.</p> <p>7. Menyanyikan salah satu lagu daerah untuk menumbuhkan nasionalisme, persatuan, dan toleransi.</p> <p>8. Salam dan do'a penutup di pimpin oleh salah satu siswa.</p>	

C. PENILAIAN

A. Teknik Penilaian

1. Penilaian Sikap : Observasi
2. Penilaian Pengetahuan : Tes
 - a. Prosedur Tes : Post Tes
 - b. Bentuk Tes : Essai
 - c. Jenis Tes : Tertulis
 - d. Alat Tes : Evaluasi (Terlampir)
3. Penilaian Keterampilan : Unjuk kerja

B. Instrumen Penilaian

1. Penilaian Sikap

Petunjuk: Berilah tanda centang (√) pada sikap setiap siswa yang terlihat!

Keterangan: T = Terlihat BT = Belum Terlihat

No	Nama Siswa	Bersyukur		Kerja Sama		Tanggung Jawab		Teliti		Peduli		Percaya Diri	
		T	BT	T	BT	T	BT	T	BT	T	BT	T	BT
19.	Nazwa Maesya Putri												
20.	Qisya Raisya Avrillia												
21.	Rafli Raditya												
22.	Rendi Ramdhani												
23.	Rohmat Raynaldy												
24.	Salman Maulana Pebriansyah												
25.	Satria Panji Utama												
26.	Siti Qisti Muktafiah												
27.	Sopie Nurusani												
28.	Suci Sri Ningsih												
29.	Syifa Nur Halimah												
30.	Teguh Saputra												
31.	Veren Agustina												
32.	Yoga Febryan												
33.	Zicko Restu Pratama												
34.	Zivanna Letisya Gunawan												

Rubrik Mempresentasikan Berbagai Gangguan Organ Peredaran Darah

Aspek	Baik Sekali	Baik	Cukup	Perlu Bimbingan
	4	3	2	1
Mengetahui berbagai penyakit	Menjelaskan berbagai penyakit yang	berbagai penyakit yang mempengaruhi	Menjelaskan sebagian kecil berbagai	Belum dapat menjelaskan berbagai

<p>memelihara berbagai penyakit yang mempengaruhi organ peredaran darah manusia. Mengetahui cara memelihara organ peredaran darah manusia.</p>	<p>mempengaruhi organ peredaran manusia dan menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia dengan benar.</p>	<p>organ peredaran manusia. Mengetahui cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia Menjelaskan berbagai penyakit yang mempengaruhi organ peredaran manusia dan menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia dengan benar Menjelaskan sebagian besar berbagai penyakit yang mempengaruhi organ peredaran manusia dan</p>	<p>penyakit yang mempengaruhi organ peredaran manusia dan menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia dengan benar.</p>	<p>penyakit yang mempengaruhi organ peredaran manusia dan menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia.</p>
--	---	--	---	--

		menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia dengan benar.		
Menggunakan bagan atau diagram alur untuk menjelaskan berbagai penyakit yang mempengaruhi kerja organ peredaran darah.	Menyajikan bagan atau diagram alur untuk menjelaskan berbagai penyakit yang mempengaruhi kerja organ peredaran darah dengan sistematis bahasa Indonesia yang baik dan benar.	Menyajikan bagan atau diagram alur untuk menjelaskan berbagai penyakit yang mempengaruhi kerja organ peredaran darah dengan cukup sistematis.	Menyajikan laporan bagan atau diagram alur untuk menjelaskan berbagai penyakit yang mempengaruhi kerja organ peredaran darah dengan kurang sistematis.	Belum dapat bagan atau diagram alur untuk menjelaskan berbagai penyakit yang mempengaruhi kerja organ peredaran darah dengan sistematis.

Rubrik Berkreasi Membuat Pantun Jenaka dengan tema “Menerapkan Hidup Sehat dalam Kehidupan Sehari-Hari”.

Aspek	Baik Sekali	Baik	Cukup	Perlu Bimbingan
	4	3	2	1
Isi dan Pengetahuan:	Sesuai dengan ciri-ciri	Memenuhi 3 kriteria dari 4	Memenuhi 2 kriteria dari 4	Memenuhi 1 kriteria dari 4

<p>Hasil yang dibuat oleh siswa.</p>	<p>pantun,yaitu:</p> <ul style="list-style-type: none"> •Pantun bersajak a-ba-b. •Satu bait terdiri atas empat baris. •Tiap baris terdiri atas 8 sampai 12 suku kata. •Terdapat sampiran pada dua baris pertama dan isi pada dua baris berikutnya. 	<p>kriteria yang ditetapkan.</p>	<p>kriteria yang ditetapkan.</p>	<p>kriteria yang ditetapkan.</p>
<p>Penggunaan Bahasa Indonesia yang baik dan benar: Bahasa Indonesia yang baik dan benar digunakan dalam penulisan ringkasan.</p>	<p>Bahasa Indonesia yang baik dan benar digunakan dengan efisien dan menarik dalam keseluruhan penulisan.</p>	<p>Bahasa Indonesia yang baik dan benar digunakan dengan efisien dalam keseluruhan penulisan.</p>	<p>Bahasa Indonesia yang baik dan benar digunakan dengan sangat efisien dalam sebagian besar penulisan.</p>	<p>B Bahasa Indonesia yang baik dan benar digunakan dengan sangat efisien dalam sebagian kecil penulisan.</p>

LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK (LKPD)

NAMA ANGGOTA	
1.	_____
2.	_____
3.	_____
4.	_____
5.	_____
6.	_____

KELOMPOK : _____

1. Setelah mengamati gambar “Kelainan Pada Organ Sistem Peredaran Darah”, selain jantung koroner, masih banyak contoh penyakit yang dapat mengganggu organ peredaran darah. Sekarang, tugas kamu untuk mencari contoh penyakit yang bisa mengganggu organ peredaran darah manusia beserta cara pencegahannya. Kamu bisa mencari informasi tersebut dari berbagai sumber bacaan, termasuk internet. Tuliskan hasilnya dalam bentuk tabel seperti berikut!

No.	Penyakit Organ Sistem Peredaran Darah	Cara Pencegahannya

2. Dalam kelompok kecil, kamu akan membuat satu pantun jenaka dengan tema “Menerapkan Hidup Sehat dalam Kehidupan Sehari-Hari”.

Soal Evaluasi

1. Sebutkan 3 penyakit organ peredaran darah manusia dan cara mengatasinya!
2. Sebutkan paling sedikit 3 ciri pantun yang kamu ketahui!

Kunci Jawaban Soal Evaluasi:

1. Penyakit yang mengganggu organ peredaran darah manusia dan cara pencegahannya:

- a. Hipertensi, Hipotensi, Jantung Koroner, dapat dicegah dengan cara olahraga teratur, istirahat yang cukup, serta mengkonsumsi makanan berserat seperti sayur mayur dan buah-buahan.
 - b. Varises, dapat dicegah dengan melakukan pendinginan atau meluruskan kaki setelah berolahraga agar aliran darah kembali lancar.
 - c. Anemia, cara mencegahnya adalah makan makanan yang mengandung zat besi seperti daging, sayuran hijau, dan buah-buahan.
 - d. Hemofilia, cara mencegahnya adalah makan makanan yang mengandung vitamin K, karena dapat mencegah keluarnya darah saat terluka, seperti bayam, brokoli, aggur, dan alpukat.
 - e. Leukimia, cara mencegahnya mengkonsumsi obat herbal, berhenti merokok, makan makanan yang sehat, dan sering bergerak.
 - f. Wasir, cara mencegahnya adalah dengan tidak menahan buang air besar (BAB).
2. Ciri-ciri pantuan adalah
- a. Terdiri atas 4 baris/larik. Satu baris terdiri atas 8 sampai 12 suku kata.
 - b. Baris pertama dan kedua disebut sampiran.
 - c. Baris ketiga dan keempat disebut isi.
 - d. Memiliki sajak/rima dengan pola a-b-a-b.

Skor masing-masing Soal Evaluasi adalah soal 50.

$$2 \times 50 = 100$$

Refleksi Guru

Mengetahui
Kepala Sekolah,

Bandung, 17 Juli 2021
Guru Kelas 5 ,

Sri Haryani, S.Pd. M.M.Pd.
NIP. 196207171982042010

Feni Febryani Zaman, M. Pd.
NIP. 198802072009022001

Lampiran 1

Bahan Ajar RPP Feni Febryani Zaman

Sebagaimana ditegaskan dalam sebuah penelitian di Inggris tepatnya British Medical Association (BMA) bahwa bersepeda sejauh 20 mil dalam seminggu akan mengurangi risiko penyakit jantung koroner sebesar 50%. Bersepeda dengan santai akan mengatur detak jantung sehingga otot-otot jantung bekerja dengan baik. Jantung sangat berperan dalam peredaran darah manusia, yaitu sebagai pemompa. Selain jantung, organ peredaran darah manusia lainnya adalah pembuluh darah. Pembuluh darah manusia memiliki fungsi sebagai pengangkut makanan dan berbagai zat sisa-sisa metabolisme tubuh.

Pembuluh darah dan jantung bertanggung jawab untuk mengalirkan darah yang mengandung nutrisi, oksigen, hormon, dan gas-gas lain. Organ peredaran darah manusia, dapat mengalami gangguan oleh penyakit maupun berbagai kelainan, di antaranya jantung koroner. Oleh karena itu, jantung perlu dijaga kesehatannya. Apa itu jantung koroner? Jantung koroner merupakan penyakit jantung yang disebabkan oleh tersumbatnya arteri koroner, yaitu pembuluh yang menyuplai darah ke jantung. Penyumbatan pembuluh tersebut dapat terjadi karena adanya endapan lemak, terutama berupa kolesterol pada lapisan dalam dinding pembuluh. Penyumbatan pembuluh arteri dikenal dengan istilah arteriosklerosis.

Organ peredaran darah memegang peranan penting dalam kelangsungan hidup manusia. Oleh karena itu, sudah seharusnya setiap orang menjaga dan mencegah terjadinya gangguan-gangguan terhadap organ peredaran darah dalam tubuh. Peredaran darah juga sangat erat kaitannya dengan kerja dari jantung. Semakin baik kondisi jantung, maka peredaran darah di dalam tubuh juga menjadi semakin baik. Namun demikian, tidak semua orang memiliki kondisi peredaran darah yang normal dan dapat berfungsi dengan baik. Ada beberapa orang yang memiliki kelainan dan juga penyakit yang berhubungan dengan peredaran darah mereka. Ada beberapa penyebab yang menjadi faktor timbulnya penyakit yang berhubungan dengan peredaran darah manusia. Beberapa penyebab yang dimaksud seperti faktor keturunan, obesitas, pengaruh timbulnya suatu penyakit kronis, gaya hidup tidak sehat, dan karena asap rokok, baik pada perokok aktif maupun perokok pasif.

Berdasarkan penyebab yang ada, kamu tentunya bisa mengidentifikasi cara mencegah timbulnya penyakit seperti berikut. (1) Berolahraga secara teratur. (2) Tidur yang cukup. (3) Atur pola makan. (4) Hindari asap rokok, baik sebagai perokok aktif maupun perokok pasif.

”Mencegah lebih baik daripada mengobati”. Itulah slogan kesehatan yang sering kita dengar. Apa makna slogan tersebut? Tentu saja slogan yang berisi nasihat. Adapun makna dari slogan tersebut, adalah mencegah timbulnya faktor yang dapat menyebabkan terjangkitnya penyakit. Mencegah lebih baik daripada mengobati penyakit yang terlanjur menjangkiti tubuh kita. Pada dasarnya, faktor penyebab timbulnya penyakit dapat diminimalisasi dengan cara mencegah. Nasihat bagi masyarakat secara umum bisa dilakukan melalui berbagai media seperti melalui slogan. Selain itu, nasihat bisa disampaikan melalui pantun seperti contoh berikut.

Indahnya persahabatan
Saling menjaga dan menghormati
Jagalah kesehatan badan
Jangan sampai m engobati.

Bagian dan ciri-ciri pantun.

- a. Terdiri atas 4 baris/larik. Satu baris terdiri atas 8 sampai 12 suku kata.
- b. Baris pertama dan kedua disebut sampiran.
- c. Baris ketiga dan keempat disebut isi.
- d. Memiliki sajak/rima dengan pola a-b-a-b.

Pantun berbentuk puisi, terdiri atas empat baris, berirama silang (a-ba-b), disusun dengan irama yang indah, dan memiliki makna yang penting. Pantun termasuk karya yang dapat menghibur sekaligus menegur. Pantun merupakan ungkapan perasaan dan pikiran yang disusun dengan kata-kata indah, sehingga sangat menarik untuk didengar atau dibaca. Pantun menjadi ciri khas bangsa Indonesia dalam mendidik dan menyampaikan hal-hal yang bermanfaat.

Sumber: Buku Pedoman Guru Tema 4 Kelas 5 dan Buku Siswa Tema 4 Kelas 5 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2017).